



**ASSOCIAÇÃO DE
GINÁSTICA DO NORTE**

Plano de Contingência

Campeonato Distrital de Ginástica Artística Masculina - Base

Complexo Municipal de Ginástica da Maia - Maia

22 de Maio de 2021

A - Normas para utilização dos espaços de competição

1. O Complexo Municipal de Ginástica da Maia (CMGM) está aberto ao público para treino e competições. O seu funcionamento tem vindo a ser alterado de acordo com as normas da DGS. O mesmo cumpre todos os requisitos obrigatórios para que a prática e a competição gímnica decorram dentro dos parâmetros de segurança possíveis até ao momento. As zonas de circulação, sanitários masculinos, sala de contingência, zonas de aquecimento e competição estão sinalizadas. Durante as competições, estarão presentes os funcionários do CMGM, que darão o apoio necessário ao normal funcionamento da instalação.
2. A entrada e a saída serão realizadas pela entrada principal do Complexo Municipal de Ginástica (portas distintas que estarão sinalizadas)
3. As portas de circulação para os utilizadores em geral (directores e colaboradores da AGN, juizes, treinadores, ginastas) estarão sempre abertas
4. A instalação estará ventilada de forma natural (o portão da nave principal estará aberto)
5. A sala de contingência está devidamente preparada para qualquer eventualidade.
6. Logo após a entrada na instalação todos os utilizadores têm que medir a temperatura (aparelho electrónico fixo), desinfetar os pés e as mãos (os produtos de desinfecção das mãos estarão à disposição na entrada no espaço de treino e na saída)
7. Os ginastas, devem vir equipados com equipamento do clube. Não estão autorizados a tomar banho.
8. O uso de máscara por todos os intervenientes na competição é obrigatório desde o momento de entrada nas instalações até à saída, excepto para os ginastas no momento da realização do exercício.
9. Na utilização das áreas comuns, manter afastamento social e utilizá-las, única e exclusivamente para o seu fim. Evitar reuniões e conversas não essenciais.
10. Cada aparelho, deverá ser desinfetado pelo ginasta que o utilizou, usando o produto que se encontra junto do mesmo.
11. Nos equipamentos partilhados (principalmente o praticável) os ginastas devem desinfetar com a maior frequência possível as mãos. Desinfetante junto dos aparelhos.
12. Cada ginasta deve ser portador da sua magnésia;





**ASSOCIAÇÃO DE
GINÁSTICA DO NORTE**

13. O treinador deve manter um afastamento apropriado, evitando contactos;
14. Utilizar os locais marcados para a sua saída evitando cruzamentos com outras pessoas
15. O Complexo Municipal de Ginástica estará restrito à competição. Após a mesma, os utilizadores devem deixar o local limpo e o equipamento arrumado.

B – Quando chegam ao Complexo Municipal de Ginástica da Maia

terão o apoio de um funcionário do Complexo Municipal de Ginástica e terem em atenção:

- 1** - Entrada Principal - Porta Direita
- 2** - Medição electrónica da temperatura / desinfecção das mãos
- 3** - Acesso à nave (após ponto 2 seguir as setas) - virar imediatamente à direita e depois à esquerda conforme, setas indicadoras.
- 4** - Após entrada na nave virar à esquerda estarão presentes várias prateleiras. Aí tirar calçado e colocar no saco individual. O saco individual deve acompanhar o ginasta em todo o percurso. As prateleiras são desinfectadas após cada utilização.
- 5** - Acesso às casas de banho e saída faz-se pela porta de saída (seguir as setas)
- 6** - Sala de contingência - balneário 7. Quem detecta algo de anormal e acompanha o ginasta para a sala de contingência é o/a enfermeira de serviço à competição.

Dorsais:

Não haverá dorsais.



Cerimónias protocolares:

Os clubes/ginastas só poderão entrar na nave à hora marcada na circular. Terminada a competição devem deixar as instalações. Não existirá cerimónia de apresentação inicial e não haverá entrega de medalhas. As medalhas e taças serão enviadas para o clube de cada ginasta, durante a semana seguinte. Os resultados serão publicados no final da competição e enviados para os clubes.

Todos os ginastas/treinadores devem apresentar-se equipados. Fato de treino do clube, sem estandarte.





ASSOCIAÇÃO DE GINÁSTICA DO NORTE

Só existem sanitários masculinos, de utilização controlada, identificados, separados e com distanciamento físico.

Captação de imagens:

Não sendo permitida a presença de público, só o treinador poderá recolher imagens, quando permitido, mantendo a distância de afastamento social adequada.

Acreditação:

- Só entram nas instalações os ginastas, treinadores, juízes e organização, que tenham remetido para agn@agn.pt até às **17h00 de 4ª feira dia 19 de maio de 2021**, o Termo de Responsabilidade devidamente preenchido.
- O treinador principal à **entrada da competição** deve apresentar o ficheiro **Presenças_21_N** preenchido, conforme solicitado em comunicação anterior.
- Cada clube terá um espaço devidamente marcado nas instalações para aquecimento sem aparelhos. Só pode deslocar-se para aquecimento no aparelho com autorização da organização.
- Este Plano de Contingência das instalações é enviado aos clubes inscritos, para divulgação junto dos participantes, à Federação de Ginástica de Portugal e à Direcção Regional de Saúde do Norte.
- É enviada a planta do rés-do-chão das instalações, com informação sobre entradas, saídas, wc e sala de contingência.

Juízes:

- Os juízes usam máscara, viseira, colocados em relação ao aparelho, ao ginasta a avaliar e entre si, com afastamento social de 2 metros.

Ginastas:

Os ginastas formam “bolha” por clube e devem manter-se com afastamento social de 2 metros.



Organização:

Os elementos da organização serão colocados com a distância de 2 metros entre si, usarão máscara e viseira.



Associação de Ginástica do Norte, 15 de Maio de 2021



ASSOCIAÇÃO DE GINÁSTICA DO NORTE

Anexo:

O número de elementos presentes durante toda a competição é:

- organização – 10

- juízes – 9

- Enfermeiro – 1

Ginastas:

- Das 14.30 – 16.20 h - 10 ginastas do Sport Clube do Porto – 3 treinadores + 1 estagiário

- 16.05 – 17.31 h – 3 ginastas do Clube A4 – 2 treinadores e 2 ginastas do CBP2012 - B C Penafiel + 1 treinadora

- 17:15 – 18:41 h – 3 ginastas do Acro Clube da Maia – 1 treinador - 6 ginastas do GUIMAGYM – 2 treinadores

- 18.25 – 20.15 h – 10 ginastas do Ginásio Clube da Maia - 1 treinador

Espaço da nave de competição: $1100 + 500 + 270 + 250 = 2120 \text{ m}^2$

Bancadas: 500 m^2

Ginásio 1 – aquecimento: 250 m^2

Ginásio 2 – aquecimento: 270 m^2

Ginásio 3 – Exclusivamente espaço de competição: 1100 m^2

Entre os três ginásios existe cortina de separação.





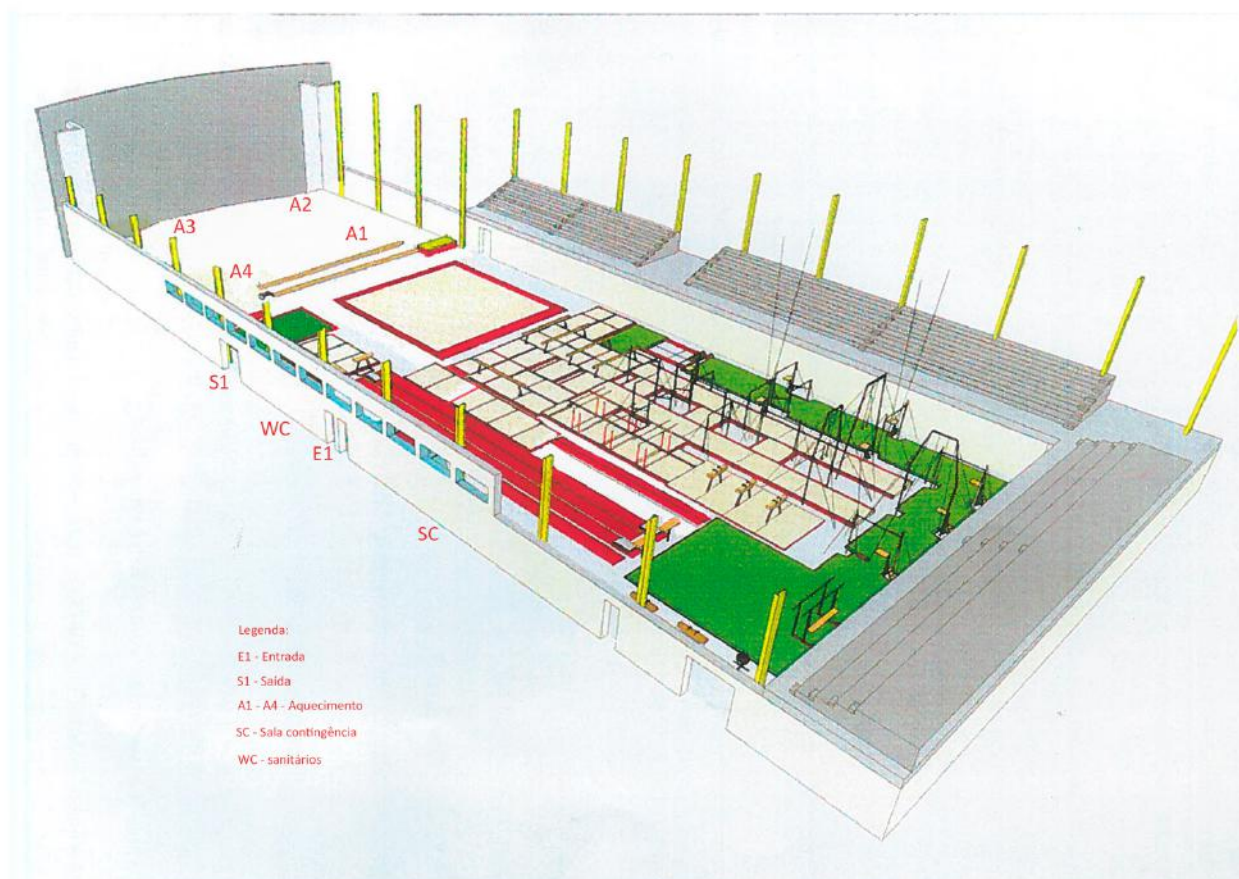
ASSOCIAÇÃO DE GINÁSTICA DO NORTE

Instalações:

Ginásio 1 - A2 + A3 - 250 m²

Ginásio 2 - A1 + A4 - 270 m²

Ginásio 3 - Zona Amarela – verde – vermelha - 1100 m²



Associação de
Ginástica do Norte
Rua António Pinto Machado, n.º 60, 3.º
4100-068 PORTO

☎ 226 001 585

📞 912 259 988

📠 226 001 585

🌐 agn.pt

✉ agn@agn.pt